

# プール教室 ・ 一般開放 ご案内(2020年4月～)

・白い部分が一般開放

| 曜日   | コース  | 時間         | 9        |    |    |    | 10         |    |    |    | 11 |    |    |    | 12         |    |    |    | 13        |    |    |    | 14         |    |    |    | 15         |    |    |    | 16         |    |    |    | 17         |    |    |    | 18       |    |    |    | 19 |    |    |    | 20 |    |    |    |
|------|------|------------|----------|----|----|----|------------|----|----|----|----|----|----|----|------------|----|----|----|-----------|----|----|----|------------|----|----|----|------------|----|----|----|------------|----|----|----|------------|----|----|----|----------|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|
|      |      |            | 0        | 15 | 30 | 45 | 0          | 15 | 30 | 45 | 0  | 15 | 30 | 45 | 0          | 15 | 30 | 45 | 0         | 15 | 30 | 45 | 0          | 15 | 30 | 45 | 0          | 15 | 30 | 45 | 0          | 15 | 30 | 45 | 0          | 15 | 30 | 45 | 0        | 15 | 30 | 45 | 0  | 15 | 30 | 45 | 0  | 15 | 30 | 45 |
| 火曜日  | 遊泳槽① | 歩行・水中運動コース |          |    |    |    |            |    |    |    |    |    |    |    |            |    |    |    |           |    |    |    |            |    |    |    |            |    |    |    |            |    |    |    |            |    |    |    |          |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
|      | 遊泳槽② |            | ベビー教室    |    |    |    | アクアビクス     |    |    |    |    |    |    |    |            |    |    |    | 3・4歳児水泳教室 |    |    |    | 幼児学童水泳教室   |    |    |    | 成人水泳入門教室   |    |    |    |            |    |    |    |            |    |    |    |          |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
|      | 遊泳槽③ | 水泳専用コース    |          |    |    |    | 歩行・水中運動コース |    |    |    |    |    |    |    |            |    |    |    |           |    |    |    |            |    |    |    | 歩行・水中運動コース |    |    |    |            |    |    |    |            |    |    |    |          |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
|      | 歩行槽  | 歩行専用コース    |          |    |    |    | シニア運動教室    |    |    |    |    |    |    |    |            |    |    |    |           |    |    |    |            |    |    |    |            |    |    |    |            |    |    |    |            |    |    |    |          |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
| 水曜日  | 遊泳槽① | 歩行・水中運動コース |          |    |    |    |            |    |    |    |    |    |    |    |            |    |    |    |           |    |    |    |            |    |    |    |            |    |    |    |            |    |    |    |            |    |    |    |          |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
|      | 遊泳槽② |            | 婦人水泳教室   |    |    |    | アクアビクス     |    |    |    |    |    |    |    | アクアウォーキング  |    |    |    |           |    |    |    |            |    |    |    | 3・4歳児水泳教室  |    |    |    | 幼児学童水泳教室   |    |    |    | 成人水泳教室     |    |    |    | 成人水泳上級教室 |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
|      | 遊泳槽③ | 水泳専用コース    |          |    |    |    | 歩行・水中運動コース |    |    |    |    |    |    |    | 歩行・水中運動コース |    |    |    |           |    |    |    |            |    |    |    |            |    |    |    |            |    |    |    | 歩行・水中運動コース |    |    |    |          |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
|      | 歩行槽  | 歩行専用コース    |          |    |    |    | シニア運動教室    |    |    |    |    |    |    |    |            |    |    |    |           |    |    |    |            |    |    |    |            |    |    |    |            |    |    |    |            |    |    |    |          |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
| 木曜日  | 遊泳槽① | 歩行・水中運動コース |          |    |    |    |            |    |    |    |    |    |    |    |            |    |    |    |           |    |    |    |            |    |    |    |            |    |    |    |            |    |    |    |            |    |    |    |          |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
|      | 遊泳槽② |            | 婦人水泳教室   |    |    |    | 水中爽健       |    |    |    |    |    |    |    | アクアエクササイズ  |    |    |    |           |    |    |    |            |    |    |    |            |    |    |    | 幼児学童水泳教室   |    |    |    | アクアビクス     |    |    |    |          |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
|      | 遊泳槽③ | 水泳専用コース    |          |    |    |    | 歩行・水中運動コース |    |    |    |    |    |    |    | 歩行・水中運動コース |    |    |    |           |    |    |    |            |    |    |    |            |    |    |    |            |    |    |    | 歩行・水中運動コース |    |    |    |          |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
|      | 歩行槽  | 歩行専用コース    |          |    |    |    | シニア運動教室    |    |    |    |    |    |    |    |            |    |    |    |           |    |    |    |            |    |    |    |            |    |    |    |            |    |    |    |            |    |    |    |          |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
| 金曜日  | 遊泳槽① | 歩行・水中運動コース |          |    |    |    |            |    |    |    |    |    |    |    |            |    |    |    |           |    |    |    |            |    |    |    |            |    |    |    |            |    |    |    |            |    |    |    |          |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
|      | 遊泳槽② |            | ベビー教室    |    |    |    | 婦人水泳教室     |    |    |    |    |    |    |    |            |    |    |    | 3・4歳児水泳教室 |    |    |    | 幼児学童水泳教室   |    |    |    | 成人水泳入門教室   |    |    |    | 成人水泳教室     |    |    |    |            |    |    |    |          |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
|      | 遊泳槽③ | 水泳専用コース    |          |    |    |    | 歩行・水中運動コース |    |    |    |    |    |    |    |            |    |    |    |           |    |    |    |            |    |    |    |            |    |    |    | 歩行・水中運動コース |    |    |    |            |    |    |    |          |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
|      | 歩行槽  | 歩行専用コース    |          |    |    |    | シニア運動教室    |    |    |    |    |    |    |    |            |    |    |    |           |    |    |    |            |    |    |    |            |    |    |    |            |    |    |    |            |    |    |    |          |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
| 土曜日  | 遊泳槽① | 歩行・水中運動コース |          |    |    |    |            |    |    |    |    |    |    |    |            |    |    |    |           |    |    |    |            |    |    |    |            |    |    |    |            |    |    |    |            |    |    |    |          |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
|      | 遊泳槽② |            | 幼児学童水泳教室 |    |    |    |            |    |    |    |    |    |    |    |            |    |    |    |           |    |    |    | 幼児学童上級者コース |    |    |    | 成人水泳教室     |    |    |    | アクアビクス     |    |    |    |            |    |    |    |          |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
|      | 遊泳槽③ | 水泳専用コース    |          |    |    |    |            |    |    |    |    |    |    |    |            |    |    |    | 水泳専用コース   |    |    |    | 歩行・水中運動コース |    |    |    |            |    |    |    |            |    |    |    |            |    |    |    |          |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
|      | 歩行槽  | 歩行専用コース    |          |    |    |    |            |    |    |    |    |    |    |    |            |    |    |    |           |    |    |    |            |    |    |    |            |    |    |    |            |    |    |    |            |    |    |    |          |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
| 日・祝日 | 遊泳槽① | 歩行・水中運動コース |          |    |    |    |            |    |    |    |    |    |    |    |            |    |    |    |           |    |    |    |            |    |    |    |            |    |    |    |            |    |    |    |            |    |    |    |          |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
|      | 遊泳槽② |            |          |    |    |    |            |    |    |    |    |    |    |    |            |    |    |    |           |    |    |    |            |    |    |    |            |    |    |    |            |    |    |    |            |    |    |    |          |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
|      | 遊泳槽③ | 水泳専用コース    |          |    |    |    |            |    |    |    |    |    |    |    |            |    |    |    |           |    |    |    |            |    |    |    |            |    |    |    |            |    |    |    |            |    |    |    |          |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
|      | 歩行槽  | 歩行専用コース    |          |    |    |    |            |    |    |    |    |    |    |    |            |    |    |    |           |    |    |    |            |    |    |    |            |    |    |    |            |    |    |    |            |    |    |    |          |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |